

# Sobre la felicidad y la ataraxia

Escribe: **ALBERTO LONDOÑO ALVAREZ**

Muy pocos lectores, seguramente, no han tomado en momentos de crisis nerviosas, de desarreglos emocionales, de intranquilidad y angustia, alguna de tantas drogas que se conocen con el mote genérico de “ataráxicos”, de “tranquilizantes”. Pues bien, hablemos un poco sobre este tema, sus antecedentes históricos y filosóficos y lo que para los griegos clásicos significaba el vocablo “ataraxia”.

Los antiguos griegos tenían una gran veneración por la naturaleza humana hasta el punto de que, en contraposición a los pueblos asiáticos que les precedieron, crearon sus dioses dándoles el aspecto de los más bellos ejemplares de la especie humana.

Por eso rechazaban todo aquello que podía alterar la imagen natural del hombre como, por ejemplo, el rasurado de la barba, costumbre que se establece a partir de la dominación macedónica.

Pero esta consideración por la naturaleza humana no se limitó a la forma exterior; también tenían una opinión muy alta de las cualidades morales del hombre. Por eso

los filósofos y sabios griegos pensaban que la naturaleza humana reunía todos los elementos necesarios para una moral racional que, reglando la conducta del hombre, lo condujera hacia la felicidad universal. Inmediatamente surge la pregunta inevitable: ¿por qué, entonces, si es verdad que el hombre tiene todos los elementos necesarios para ser feliz, no lo es? Esta incógnita que llevara a los filósofos griegos a la perplejidad y que todavía subsiste en los tiempos actuales, trataron de despejarla enfocando el problema desde distintos puntos de vista.

Sócrates, por ejemplo, suponía que había una conexión entre la virtud y la felicidad y entre la perversidad y la desdicha. Que el hombre obrara contra el bien y por consiguiente contra la propia felicidad, solo le parecía comprensible como efecto de la ignorancia o del error. Como la virtud puede ser aprendida, la felicidad también. Es un problema de ilustración que Sócrates intentó llevar a cabo mediante su método pedagógico de la mayéutica o arte de partera; hacía preguntas a sus oyentes para que éstos por sí mismos pudiesen des-



cubrir el conocimiento de la verdad y conducirles, de esta forma, a una moral interna e independiente de las costumbres.

Los discípulos de Sócrates, por influjo de su doctrina, estaban convencidos de que podía existir la felicidad interior (eudemonía) a pesar de la infelicidad externa. Antístenes, discípulo de Sócrates, comparte con su maestro el mismo supuesto de que la virtud coincide con la felicidad y que, por tanto, es enseñable. Pero observaciones de la propia vida le llevan a determinar lo que es virtud y felicidad, llegando a la conclusión de que el ideal del hombre es la "autarquía": el individuo que se basta a sí mismo. Pronto se dio cuenta de que tal como estaba constituido el mundo, la manera más factible de que el hombre consiguiese su felicidad o satisfacción completa de sus deseos, era limitar éstos lo más posible.

De aquí que su doctrina recomendaba despreciar el goce sexual, los bienes exteriores y el parecer social; solo estimaba la plena libertad del individuo y la satisfacción de aquellas necesidades precisas para la existencia y la paz de ánimo.

El aprecio de los grandes hombres de Estado y las hazañas nacionales, para él no son más que una ilusión. Este ideal de Antístenes intentó realizarlo su discípulo Diógenes de Sinope, apodado el Kyon (perro), genuino representante de los cínicos y a quien por sus exageraciones se le ha denominado también "el Sócrates loco".

Aristipo de Cirene, pretendió asentar al hombre en sí mismo, hacerle independiente del destino

exterior y de los instintos del propio interior, pero, al contrario de Antístenes, que se apartaba de la vida y sus bienes, quiere permanecer en ella y gozar de sus beneficios pero sin someterse a ellos, dominándolos siempre, combinando la sobriedad, el dominio de sí mismo y la cordura, con cierta amable capacidad de goce. Como supone que la naturaleza humana tiene una instintiva atracción al placer y una aversión al dolor, deduce que el placer individual es lo único que tiene valor y profesa la doctrina del hedonismo ético o doctrina del placer; pero esto lleva inevitablemente a un sentido negativo de la vida, pues si el valor de ésta se calcula únicamente por el placer, se llega a la conclusión de que el dolor predomina con mucho sobre el placer. A esta deducción, sin duda, debió llegar Hegesias, uno de los adeptos de Aristipo, representante del pesimismo y apodado Peisitánotos (abogado de la muerte), porque por sus conmovedoras descripciones del mal de la vida incitó a varios discípulos al suicidio.

La escuela estoica, fundada por Zenón de Citium (Chipre), tiene una concepción socrática sobre la felicidad pero basada en la ética de los cínicos: la "autarquía" o el bastarse a sí mismo. Consideraba que los enemigos más peligrosos de la virtud, y por tanto de la felicidad, son los movimientos irracionales del alma, los afectos y pasiones como el placer, las apetencias, el dolor y el miedo. Por eso recomendaba la "apátheia" o apatía; esto es, estar libre del dominio de las pasiones como supuesto previo a la virtud.

Los epicúreos, contrariamente a los estoicos, se inspiraban en los ci-



renaicos adeptos de Aristipo, proclamando un gozar de la vida lo más perfectamente posible. Epicuro, fundador de la escuela, consideraba como más elevado el placer espiritual que el sensual y, coincidiendo en esto con los estoicos, daba un valor particular al dominio de sí mismo y al sosiego del alma. A la virtud solo la consideraba como medio para conseguir la felicidad. Factores importantes para alcanzar la felicidad eran la inmovilidad interior o "ataraxia" y la insensibilidad al dolor. Para llegar a esa ausencia de inquietud, los epicúreos tienen que liberarse de los bienes e influjos terrenales y del temor, mediante un "no preocuparse" de las cosas. Por eso Epicuro aconsejaba no casarse por las muchas molestias que produce el cuidado de la mujer y los hijos y, al mismo tiempo, apartarse de los negocios públicos viviendo en un retiro casi claustral.

Tranquilizaba al hombre sobre la cólera de los dioses; y, sobre todo, acerca de la muerte: "La muerte no debe inquietarnos ya que cuando existimos, no existe la muerte, y cuando existe la muerte, no existimos nosotros".

Los escépticos, seguidores de Pirrón de Elis, llegaron a la conclusión, especialmente Timón, de que la suspensión del juicio sobre las cosas, el no emitir ninguna opinión como verdadera, conducía al sosiego del alma; de aquí que para ellos el fin supremo es la "ataraxia" o serenidad completa del ánimo.

El que cree que algo es bueno o malo por naturaleza, está en continua turbación; si no tiene lo bueno le persigue hasta conseguirlo, pero una vez que lo tiene se perturba por el temor a perderlo. De

aquí que absteniéndose, no deseando nada, se llega a la imperturbabilidad o ataraxia.

Vemos, pues, por estas ideas de las principales escuelas griegas, cómo los filósofos antiguos (sin tomar pastas tranquilizantes) intentaban llegar a la felicidad suprema mediante caminos completamente distintos.

Hoy los filósofos modernos, intentan una especie de renacimiento de la ataraxia, para aquietar a una humanidad que nos la representan como angustiada. Y es que, acaso, ¿no lo está?

¿No caeremos en el mismo error de desinterés, despreocupación y abandono moral que los pueblos antiguos?

Primitivamente, en Demócrito, la ataraxia era una tranquilidad del alma que resulta de la medida en el placer, de la armonía en la vida, del "egoísmo filosófico que entrega sin pesar el mundo a la lucha de las pasiones". Los epicúreos y estoicos le daban el sentido de "apatía".

El hombre ideal, el sabio, es el que afronta las pasiones, calamidades y desgracias sin temor ni esperanza y permanece indiferente ante los costosos sacrificios, vanos esfuerzos, luchas estériles, y locuras de la humanidad.

Hay una ataraxia estoica que se posee en el terreno de la libertad y superior al dolor físico.

La ataraxia pirroniana desecha todo cuanto puede perturbar al hombre. El sabio se abstiene —según Pirrón— de juzgar sobre el bien y sobre el mal; todo le es



igual, pobreza o riqueza, salud o enfermedad. La virtud es buena y se llega a ella solo por la ataraxia.

Epicuro cree que atraxia es placer estable, lo cual puede conseguirse imitando el movimiento espontáneo del átomo. Interesantísima afirmación.

La ataraxia de los antiguos, era un resultado de la pobreza de ideal moral, atenta contra el patriotismo y mata los gérmenes de la verdadera libertad. En el dominio de las pasiones que se consigue en el ideal cristiano, queda ancho horizonte al espíritu para desarrollar aquel don precioso de la libertad.

## BIBLIOGRAFIA

*Burckhardt, Jacobo.* "Historia de la cultura griega". Revista de Occidente.

Varios: "El legado de Grecia". Ed. "Pegaso".

*Murray, Gilbert.* "La religión griega". Ed. "Nova".

*Nilsson, Martin P.* "Historia de la religiosidad griega". Ed. Gredos.

*Stewart, John.* "La vida íntima de los griegos". Cuadernos de Cultura.